

Besuch des Lehrgangs in Zweibrücken

Am 23. August 2008 fand in Zweibrücken ein weiterer Lehrgang mit Sensei Pino Arcieri (5. Dan) statt. An diesem Lehrgang nahmen auch 9 Karatekas des Budokai Worms e.V., nämlich Moritz Bach, Zoe Bach, Aleksandar Blagojevic, Bastian Gleiche, Katharina Heilmann, Pascal Horn, Markus Kraft, Pascal König und Martin Wohlfahrt, sowie Sensei Thomas Diehm teil.

Der Lehrgang war unterteilt in insgesamt 5 Trainingseinheiten, wovon zwei am Vormittag und drei am Nachmittag stattfanden.

In der ersten Einheit (9. - 6. Kyu) wurden von Sensei Pino Arcieri grundlegende Übungen für die Katas Taikyoku Shodan und Heian Shodan, sowie die Taikyoku Shodan mit Bunkai vermittelt und



entsprechend geübt. In der zweiten Einheit am Vormittag (5. Kyu - Dan) wurden erneut variantenreiche Kumite-Kombinationen und deren verschiedene Bewegungsabläufe vermittelt. Auch stand die Kata Kanku-Dai auf dem Trainingsprogramm des Vormittages.

Nach der Mittagspause startete die dritte Einheit (9. - 7. Kyu) mit Wiederholungen aus der ersten Übungsstunde. Alsdann wurde die Kata Heian Shodan mit Bunkai geübt. In der folgenden Einheit (6. - 4. Kyu) wurde intensiv die Kata Heian Sandan mit deren Bunkai-Anwendungen aus Sicht von Sensei Pino gelernt. Den Abschluss bildete die fünfte Einheit (3. Kyu - Dan). Hier wurden nach einer kurzen Wiederholung der Kumite-Kombinationen des Vormittages, verstärkt auf die Anwendung der Kata Kanku-Dai eingegangen. Eindrucksvoll zeigte Sensei Pino Arcieri wie effektiv und wirkungsvoll die klassischen Shotokan-Karate-Techniken sein können.

Darüber hinaus nahm sich Pino Arcieri Zeit für Erläuterungen und stand stets für Fragen zur Verfügung.

Am Ende waren sich alle darüber einig, dass der Lehrgang sehr informativ und lehrreich war. Allerdings war es schade, dass nur so wenige unserer Mitglieder den Weg nach Zweibrücken gefunden haben und auch so wenige Eltern bereit waren, den Weg auf sich zu nehmen.

